



Wie gesund bin ich wirklich? Neuartiger Health Check bietet Orientierung zu persönlichen Gesundheitsrisiken

SBK Siemens-Betriebskrankenkasse und BIG direkt gesund führen gemeinsam neuartigen Health Check des Healthy-Hub-Gewinners XUND ein

München, 16.07.2026. Viele Menschen möchten aktiv etwas für ihre Gesundheit tun – wissen aber oft nicht, wo sie stehen und wie sie anfangen können. Studien zur Gesundheitskompetenz in Deutschland bestätigen das: Ein großer Teil der Bevölkerung hat Schwierigkeiten, gesundheitsrelevante Informationen zu finden, zu verstehen und richtig anzuwenden. Genau hier setzt ein neues Angebot der beiden Krankenkassen SBK Siemens-Betriebskrankenkasse und BIG direkt gesund an. Ab sofort stellen sie ihren Versicherten und allen Interessierten ab 18 Jahren einen kostenfreien Online-Health-Check zur Verfügung. Entwickelt wurde das Angebot vom österreichischen Unternehmen XUND – einem der Sieger aus dem Startup-Wettbewerb Healthy Hub.

Orientierung statt Überforderung

Der persönliche Health Check erfasst individuelle Gesundheitsinformationen zu Lebensstil, Familiengeschichte und Vorerkrankungen und erstellt daraus eine personalisierte Einschätzung der Gesundheit. Er umfasst neben einem allgemeinen Check aktuell fünf spezifische Themenfelder: Mentale Gesundheit, Herzgesundheit, Tumore/Onkologie, Bewegungsapparat und Frauengesundheit. Nutzerinnen und Nutzer können die Themenfelder frei wählen und beliebig kombinieren. Am Ende erhalten sie einen individuellen Gesundheitsbericht mit evidenzbasierten Handlungsempfehlungen sowie passenden Angeboten ihrer Krankenkasse.

„Prävention ist dann wirksam, wenn sie zur Person passt. Mit dem persönlichen Health Check bieten wir unseren Versicherten eine erste Orientierung: Was sind meine Risiken, was kann ich tun und welche Leistungen meiner Krankenkasse helfen mir dabei konkret weiter? So verbinden wir Aufklärung mit konkreten Angeboten und schaffen echte, personalisierte Versorgung“, erklärt Christina Bernards, Teamleiterin Versorgungsmanagement der SBK Siemens-Betriebskrankenkasse.

„Dabei bringt der Health Check nicht nur einen spürbaren Mehrwert für unsere Versicherten, sondern zeigt auch, dass wir durch den Healthy Hub Wettbewerb Innovationen nach vorne bringen und unseren gesellschaftlichen Auftrag –

Gesundheitskompetenz stärken – ernst nehmen“, ergänzen die Versorgungsmanagerinnen Sarah Hölscher und Verena Köhler von BIG direkt gesund.

Risikobewertung, ärztlich entwickelt

Die Risikobewertung des Health Checks wurde von dem Ärzteteam von XUND anhand von Referenzliteratur und Praxiserfahrung entwickelt. Der Health Check ist ein CE-gekennzeichnetes Medizinprodukt der Klasse I und erfüllt damit die entsprechenden regulatorischen Anforderungen der Europäischen Medizinprodukteverordnung.

Für Versicherte und Interessierte ab 18 Jahren

Das Angebot richtet sich an alle Personen ab 18 Jahren – unabhängig davon, ob sie bei der SBK oder BIG versichert sind. Es ist kostenfrei und ohne Registrierung zugänglich. Zu finden ist es auf den Webseiten der beiden Krankenkassen:

sbk.org/health-check

<https://www.big-direkt.de/de/leistungen/digitale-services-und-therapieprogramme/health-check>

“Initiativen wie der Healthy Hub schlagen die Brücke von der Idee zur Praxis. Gemeinsam mit der SBK und der BIG haben wir diese Chance genutzt, um unsere Technologie erfolgreich in die Versorgung zu integrieren. Genau solche starken Partnerschaften auf Augenhöhe braucht das Gesundheitswesen, um digitale Prävention nachhaltig und zugänglich zu machen“, erklärt Tamás Petrovics, Co-Founder & CEO, XUND.

Der Start-up-Wettbewerb Healthy Hub

Seit 2018 engagieren sich die Krankenkassen des Healthy Hub für die Digitalisierung des Gesundheitswesens und haben so bereits 27 Start-ups in die Versorgung gebracht. Der Healthy Hub ist eine Zusammenarbeit der mhplus Krankenkasse, der IKK Südwest, der SBK Siemens-Betriebskrankenkasse sowie der BIG direkt gesund. Ab Mitte August startet der neue Wettbewerb 2026, mehr Infos unter: <https://www.healthy-hub.de/>.

Über BIG direkt gesund:

Die BundesInnungskrankenkasse Gesundheit - kurz BIG direkt gesund - wurde 1996 in Dortmund gegründet. Die große Idee hinter der BIG: Wir schaffen Raum fürs Menschsein. Gemeint ist damit eine moderne Online-Ausrichtung und empathischer Service, der schnell und lösungsorientiert ist. Die BIG bietet vielseitige Kommunikationswege passend zum jeweiligen Lebensstil ihrer bundesweit rund 480.000 Versicherten. Diese Kundinnen und Kunden erfahren eine wertschätzende und verständliche Beratung per Telefon, Chat, Mail oder Brief. Viele Zusatzleistungen sowie ein attraktives Bonusprogramm sind weitere große Pluspunkte. BIG direkt gesund hat ihren Rechtssitz in Berlin, ihre Hauptverwaltung in Dortmund und einen wichtigen Verwaltungsstandort in Aachen. Die BIG beschäftigt an den operativen Standorten rund 950 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, in 13 BIGshops wird Beratung vor Ort angeboten.

Über XUND:

Das 2018 in Wien gegründete Healthtech Scale-up XUND ist auf die Entwicklung von Software als Medizinprodukt (SaMD) spezialisiert und ermöglicht damit digitale Interaktionen von der Prävention bis hin zur Diagnose. Mit der Vision, Klarheit in die

wichtigsten Entscheidungen im Gesundheitssystem zu bringen, werden die Produkte von XUND bereits von führenden Versicherungen, Krankenhäusern und Pharmaunternehmen als erste digitale Anlaufstelle genutzt. Das Unternehmen beschäftigt heute mehr als 50 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an seinen Standorten in Wien, Budapest, London und Berlin.

Über die SBK:

Die SBK Siemens-Betriebskrankenkasse ist die größte Betriebskrankenkasse Deutschlands und gehört zu den 20 größten gesetzlichen Krankenkassen. Als geöffnete, bundesweit tätige Krankenkasse versichert sie mehr als eine Million Menschen und betreut über 100.000 Firmenkunden in Deutschland – mit rund 1.800 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in 80 SBK Geschäftsstellen.

Seit über 100 Jahren setzt sich die SBK persönlich und engagiert für die Interessen der Versicherten ein. Sie positioniert sich als Vorreiterin für einen echten Qualitätswettbewerb in der gesetzlichen Krankenversicherung. Voraussetzung dafür ist aus Sicht der SBK mehr Transparenz für die Versicherten – über relevante Finanzkennzahlen, aber auch über Leistungsbereitschaft, Beratung und Dienstleistungsqualität von Krankenkassen. Im Sinne der Versicherten vereint die SBK darüber hinaus das Beste aus persönlicher und digitaler Welt und treibt die Digitalisierung im Gesundheitswesen aktiv voran.

Für Rückfragen:

SBK Siemens-Betriebskrankenkasse
Stab Unternehmenskommunikation
Heimeranstr. 31
80339 München
E-Mail: presse@sbk.org
Internet: www.sbk.org